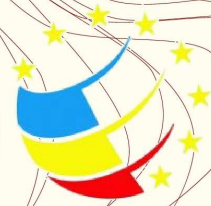




UNIUNEA EUROPEANĂ



Instrumente Structurale  
2014-2020



# *Povești terapeutice pentru mari și mici*



C&T  
Strategic Business Partners

INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN  
BISTRIȚA-NĂȘAUD



### **Echipa de proiect:**

- » **Ioan Ioja** - Director Casa Corpului Didactic, Bistrița-Năsăud;
- » **Alina Gîmbuță** - profesor metodist Casa Corpului Didactic, Bistrița-Năsăud;
- » **Doris Imola Vass** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița;
- » **Livia Oprea** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița;
- » **Luciana Jancsika** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița;
- » **Crina Rusu** - profesor Centrul Școlar de Educație Incluzivă nr. 1 - Bistrița.

### **Lista partenerilor din cadrul mini proiectul „Emoțiile mele și ceilalți”:**

1. Simon Institut

2. Grădinița Socială cu Program

3. Liceul Creștin LOGOS

4. Colegiul National „Liviu Rebreanu”



Normal „Benita” - Bistrița



Grădinița „LOGOS” - Bistrița



Bistrița-Năsăud



**Text:** Livia Oprea, Luciana Jancsika, Crina Rusu

**Ilustrații:** Ioana Călini

**Grafică:** Claudia Murza

Toate drepturile sunt rezervate autorilor.

Nici o parte a acestui volum nu poate fi reprodusă fără permisiunea autorului.

Proces educațional optimizat prin activități de mentorat în școlile bistrițene.

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020.

Beneficiar: Inspectoratul Școlar Județean Bistrița-Năsăud.

Partener: C&T Strategic Business Partners.

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod obligatoriu poziția oficială a Uniunii Europene sau a Guvernului României.

- *Bibliografie* -

- Burns W. G. - „101 povești vindecătoare pentru copii și adolescenți” - Editura Trei, București, 2011;
- Filipoiu S. - „*Basmul terapeutic*” - Fundația Culturală Forum, Cluj-Napoca, 1998;
- Pașca M. D. - „*Povestea terapeutică*”- Editura Ardealul, Târgu Mureș, 2004;
- Waters V. - „*Povești raționale pentru copii*”- Editura ASCR, Cluj-Napoca, 2003.

- *Webografie* -

- [www.dex.ro](http://www.dex.ro)
- [www.freepik.com](http://www.freepik.com) (fundal copertă carte)

***Notă:*** Pasajele italice, de culoare gri, sunt resurse ajutătoare pentru povestitor în buna desfășurare a activității.

## Aventuri prin livadă

A fost odată ca niciodată, că de n-ar fi fost, nu s-ar fi povestit! A fost odată un măr, care era tare vesel (DEX- vesel: cu voie bună, binedispus). Toată ziua râdea, se rostogolea prin livadă, se juca cu celelalte mere, stătea la soare și se ascundea printre smocurile de iarbă crudă.

(Copiii pot fi solicitați să mimeze mărul și veselia lui.)

Într-o zi, în timp ce zburda prin câmpul înflorit și se juca, a auzit pe cineva plângând.

- Copii, cine credeți că era?

- Un strugure, care nu mai putea de tristețe (DEX- trist: supărat, mâhnit, amărât, abătut).

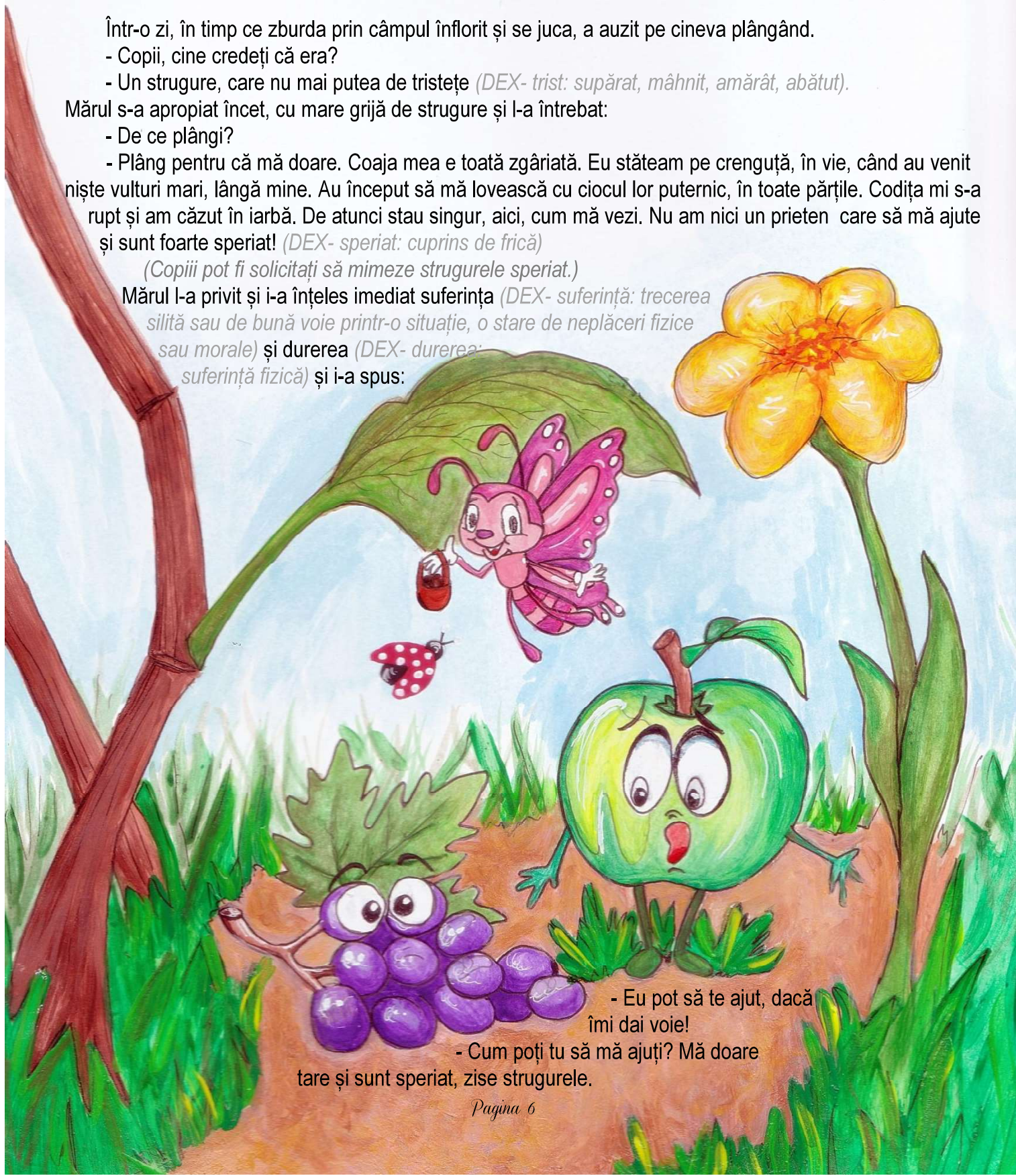
Mărul s-a apropiat încet, cu mare grijă de strugure și l-a întrebat:

- De ce plângi?

- Plâng pentru că mă doare. Coaja mea e toată zgâriată. Eu stăteam pe crenguță, în vie, când au venit niște vulturi mari, lângă mine. Au început să mă lovească cu ciocul lor puternic, în toate părțile. Codița mi s-a rupt și am căzut în iarbă. De atunci stau singur, aici, cum mă vezi. Nu am nici un prieten care să mă ajute și sunt foarte speriat! (DEX- speriat: cuprins de frică)

(Copiii pot fi solicitați să mimeze strugurele speriat.)

Mărul l-a privit și i-a înțeles imediat suferința (DEX- suferință: trecerea silită sau de bună voie printr-o situație, o stare de neplăceri fizice sau morale) și durerea (DEX- durerea: suferință fizică) și i-a spus:



- Eu pot să te ajut, dacă îmi dai voie!

- Cum poți tu să mă ajuți? Mă doare tare și sunt speriat, zise strugurele.

(Copiii pot fi solicitați să spună cum poate fi ajutat strugurele.)

Mărul cel vesel avea o mulțime de prieteni prin livadă cu care se înțelegea foarte bine. A chemat fluturașii și i-a rugat:

- Voi știți o mulțime de leacuri, care le învățați când cercetați toate florile. Vă rog, aduceți polenul cel mai bun care să vindece rănille de pe coaja strugurelui!

Fluturașii au zburat repede să culeagă polen de pe flori. Erau tare bucuroși (*DEX- bucuros: care face ceva cu plăcere, din toată inima*) că au fost chemați să ofere ajutor.

- Am adus, au spus fluturașii, care s-au întors numaidecât!

Cu multă grijă, au așezat polenul pe rănille strugurelui. Însă, rănille aveau nevoie de și mai multă pricepere pentru a fi vindecate. Așadar, le-au chemat și pe buburuze care știu să îngrijească și să pună, pe răni, pansamente special create, din frunze.

- Vai ce bine mă simt, nu mă mai doare coaja, spuse vesel strugurele. Îmi pare rău că nu v-am cerut ajutorul mai repede, să nu stau în suferință.

Mărul, fluturii și buburuzele au petrecut mult timp lângă strugure și i-au oferit cea mai bună îngrijire. I-au povestit toate întâmplările, iar pentru că livada este mare și are mulți locuitori, în fiecare zi se aude de câte o năzbâtie. Și încet, încet, orele au trecut și rănille strugurelui s-au închis.

Când s-a vindecat de tot, strugurele a pornit la plimbare prin livadă alături de noii lui prieteni.

- Vin și eu cu voi! spuse strugurele. Vă mulțumesc frumos, dragii mei prieteni!  
Fiecare zi era o frumoasă aventură. Și povestea continuă!

- Ce credeți copii că s-a mai întâmplat în livadă?



## - Povesti terapeutice pentru mari și mici -

### „DOUĂ PRIETENE BUNE” - poveste interactivă / 4

#### **Problema abordată:**

- relația cu ceilalți;

#### **Resurse dezvoltate:**

- a oferi ajutor;

- a exprima în gesturi și cuvinte, diferite stări emoționale;

#### **Obiective propuse:**

- a descoperi valoarea prieteniei;

- a descoperi încrederea în forțele proprii;

### „AVENTURI PRIN LIVADĂ” - poveste interactivă / 6

#### **Problema abordată:**

- durerea în absența persoanelor care să ofere ajutor;

- lipsa abilităților de gestionare a durerii;

#### **Resurse dezvoltate:**

- învățarea schimbării atenției;

#### **Obiective propuse:**

- învățarea solicitării ajutorului;

### „BOBOCUL FRICOS DE LALEA” - poveste interactivă / 8

#### **Problema abordată:**

- frica de situații necunoscute;

#### **Resurse dezvoltate:**

- dezvoltarea unui mod de gândire pozitivă;

#### **Obiective propuse:**

- dorința de a experimenta;

### „O ÎNTÂMPANIRE DIN VIAȚA LUI ȘOSETUȚĂ” - poveste interactivă / 10

#### **Problema abordată:**

- importanța colaborării;

#### **Resurse dezvoltate:**

- a învăța să lucrezi în echipă;

#### **Obiective propuse:**

- a descoperi ce putem face împreună;

- a găsi soluții într-o situație dificilă;